

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE NATACIÓN



GRUPOS DE FIGURAS FINA 2013 – 2017

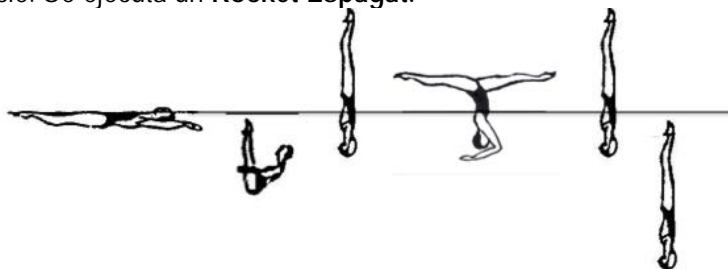
GRUPOS DE FIGURAS FINA 2013 – 2017

GRUPOS DE FIGURAS FINA ABSOLUTA, JUNIOR - GRUPOS DE EDAD 16, 17 y 18 años (Juvenil)

COMPULSORY: :

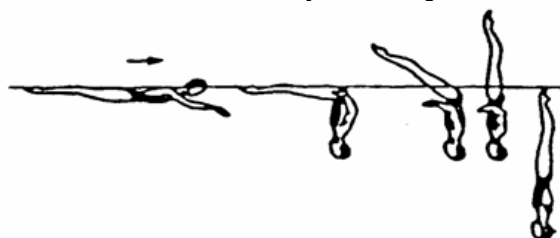
1 308 Barracuda Airborne Split 2.8

Se ejecuta una Tintorera, se sumerge el cuerpo hasta la Posición Carpa de Espalda con los dedos de los pies justo debajo de la superficie. Se ejecuta un Rocket Espagat.



2 355g Porpoise Twist Spin 2.6

Una Marsopa se ejecuta hasta la Posición Vertical. Se ejecuta un giro tirabuzón.

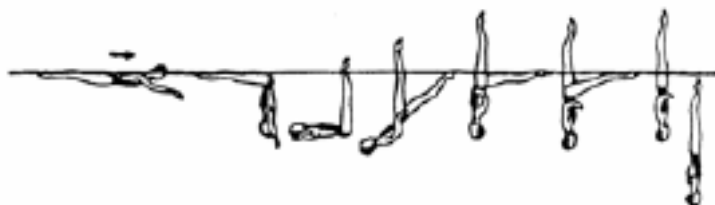


OPTIONAL GROUPS

Group 1

3 330c Aurora Twirl 3.0

Se ejecuta una Aurora hasta la Posición Vertical. Se ejecuta una rotación.



4 154 London 2.8

Se asume una rápida Pierna de Ballet seguido por un rápido parcial mortal de espalda con ambas piernas se dibujan en una posición encogida, hasta que las espinillas son perpendiculares a la superficie. El tronco se desenrolla como las piernas se enderezan a asumir una Posición Vertical a medio camino entre la antigua línea vertical a través de las caderas y la antigua línea vertical a través de la cabeza y las espinillas. Se ejecuta un giro combinado de 360 ° seguido de un Descenso Vertical.



Group 2

3 142 Manta Ray 2.8

Se ejecuta un Flamenco hasta la Posición Flamenco en Superficie, mientras el cuerpo se despliega, la pierna doblada se extiende horizontalmente hasta asumir una **Cola de Pez**, la pierna horizontal se eleva describiendo un arco de 180° sobre la superficie del agua. Cuando pasa al lado de la pierna vertical, ésta se mueve hasta asumir la Posición Arqueada en Superficie Rodilla Doblada. La rodilla doblada se extiende con un movimiento continuo y se ejecuta un Movimiento Final de Arqueada a Estirada en Superficie.



4 343 Butterfly 2.9

Desde la Posición Estirada de Frente, se asume una Posición Carpa de Frente. Se eleva una pierna hasta la Posición Cola de Pez. La pierna horizontal se eleva rápidamente a través de un arco de 180°, la pierna vertical baja para asumir la Posición Espagat,, la pierna delantera se eleva para asumir la Posición Cola de Pez, sin dudar se ejecuta una rotación de la cadera de 180°. La pierna horizontal se eleva hasta la Posición Vertical al mismo ritmo que las acciones iniciales de la figura. Se realiza un Descenso Vertical.



Group 3

3. 112f. Ibis Continuous Spin (720°) 2.8

Se adopta la Posición Pierna de Ballet. Manteniendo esta posición, el cuerpo gira hacia atrás alrededor del eje lateral que atraviesa las caderas, hasta adoptar la Cola de Pez. La pierna horizontal se eleva hasta la Posición Vertical. Se realiza un Tirabuzón Descendente con una rotación rápida de un mínimo de 720°, que se completa antes de que los talones lleguen a la superficie del agua y que continúa hasta la total inmersión de los pies.



4 325 Jupiter 2.8

Desde la Posición Estirada de Frente asumir una Carpa de Frente, una pierna se alza hasta la Cola de Pez. Manteniendo el ángulo de 90° entre las piernas y en un movimiento simultaneo, la pierna horizontal se eleva a vertical mientras la pierna vertical continúa su arco hasta la superficie para asumir una Posición de Caballero. Manteniendo la alineación vertical del cuerpo, la pierna horizontal se mueve en un arco de 180° siguiendo la superficie del agua a Posición de Cola de Pez. La pierna horizontal se alza a Posición Vertical. Se ejecuta un Descenso Vertical.



GRUPOS DE FIGURAS DE EDAD 13, 14 y 15 años (Infantil)

COMPULSORY:

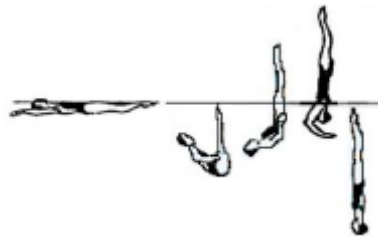
1 423 Ariana 2.2

Se ejecuta un Paseo de Espalda hasta la Posición de Espagat, manteniendo la posición relativa de las piernas en la superficie, las caderas efectúan una rotación de 180°, Se ejecuta una Salida de Paseo de Frente



2 301e Barracuda Spinning 360° 2.2

Se ejecuta una Barracuda hasta la Posición Vertical. Se ejecuta un giro de 360° en el mismo ritmo que el empuje para terminar la figura.

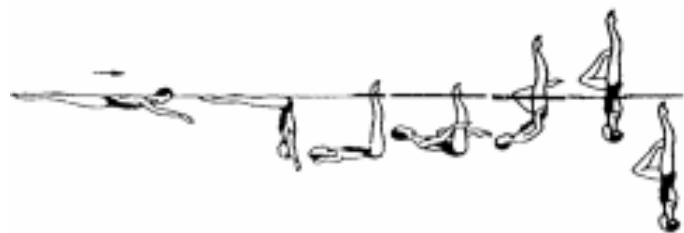


OPTIONAL GROUPS

Group 1

3 342 Heron 2.1

Desde la Posición Estirada de Frente, se ejecuta un Mortal de Frente en Carpa hasta la Posición Pierna de Ballet Doble Submarina. Una pierna se dobla con la tibia paralela a la superficie y la mitad de la pantorrilla apoyada en la pierna vertical, a la vez que el tronco se mueve hacia la pierna. Se ejecuta un Empuje hasta la Posición Vertical Rodilla Doblada, con el pie de la pierna doblada desplazándose simultáneamente al lado de la pierna vertical durante el ascenso. Se ejecuta un Descenso Vertical en Posición Vertical Rodilla Doblada al mismo ritmo que el Empuje.



4 115 Catalina 2.3

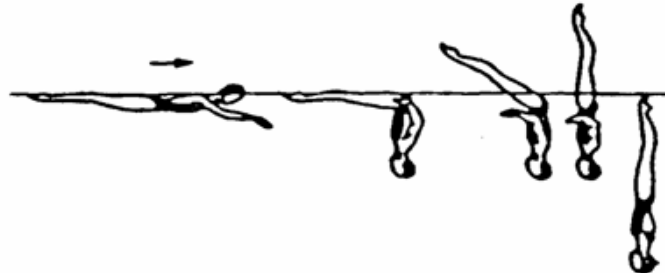
Se realiza una Pierna de Ballet. Se ejecuta una Rotación de Catalina. La pierna horizontal se eleva hasta la Posición Vertical. Se finaliza con un Descenso Vertical.



Group 2

3 355h Porpoise Spin Up 180° 2.2

Una **Marsopa** se ejecuta hasta la **Posición Vertical**. Se ejecuta un Descenso Vertical a nivel del talón. Se realiza un giro Ascendente asignado para completar la figura.



4 140 Flamingo Bent Knee 2.4

Se ejecuta un Flamenco hasta la **Posición de Flamenco en Superficie**. Con la pierna de ballet manteniendo la posición vertical, las caderas se elevan a la vez que el tronco se despliega hasta la **Posición Vertical Rodilla Doblada**. La rodilla doblada se extiende hasta la **Posición Vertical**. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.



Group 3

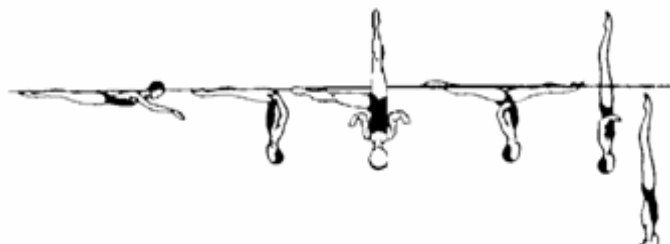
3 240a Albatross 1/2 Twist 2.6

Se ejecuta un **Albatros** hasta que se completa el *Medio Giro*. Se ejecuta un *Medio Giro* cuando la rodilla doblada se extiende hasta juntarse con la pierna vertical. Se ejecuta un Descenso Vertical.



4 346 Side Fishtail Split 2.0

Desde la **Posición Estirada de Frente**, se *adopta la Posición Carpa de Frente*. Una pierna se eleva a la vertical a la vez que el cuerpo efectúa una rotación de 90° sobre el eje longitudinal hasta llegar a la **Posición Cola de Pez Lateral**, y con un movimiento continuo se ejecuta otra rotación de 90° en la misma dirección a la vez que la pierna vertical descende hasta llegar a la **Posición Espagat**. Se elevan las piernas a la **Posición Vertical**. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.



GRUPOS DE FIGURAS DE EDAD 12 años y menores (Alevín)

COMPULSORY:

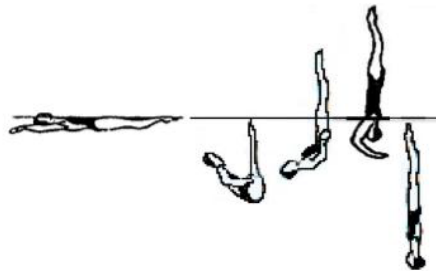
1 101 Ballet Leg Single 1.6

Se asume una Pierna de Ballet. La pierna de ballet se baja



2 301 Barracuda 2.0

Desde la Posición Estirada de Espalda, las piernas se elevan a la vertical a la vez que se sumerge el cuerpo hasta la Posición Carpa de Espalda con el nivel del agua justo por encima de los dedos de los pies. Se ejecuta un *Empuje* hasta la Posición Vertical. Se ejecuta un *Descenso Vertical* al mismo ritmo que el *Empuje*.



OPTIONAL GROUPS

Group 1

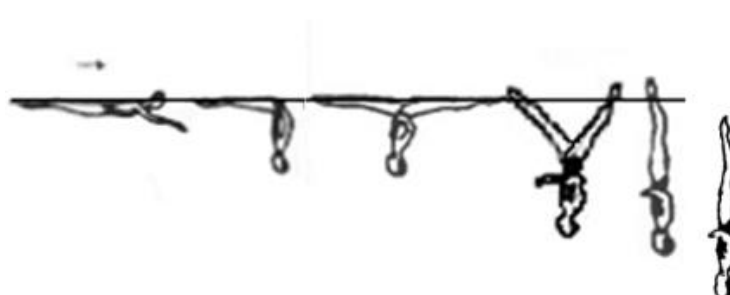
3 439 Oceanita 1.9

Se ejecuta una *Nova* hasta la Posición Arqueada de Espalda en Superficie Rodilla Doblada. La pierna horizontal se eleva a la vertical mientras la rodilla doblada se extiende para llegar a la Posición Vertical. Se ejecuta un *Descenso en Vertical*.



4 362 Surface Prawn 1.4

Desde una Posición Estirada de Frente se adopta la Posición Carpa de Frente. Un pie se desliza en un arco horizontal de 180° por la superficie del agua hasta alcanzar la Posición Espagat. Se juntan ambas piernas para asumir una Posición Vertical a la altura de los tobillos. Se ejecuta una *Rotación* seguida de un *Descenso en Vertical*.



Grupo 2:

3 311 Kip 1.8

Desde la Posición Estirada de Espalda, se ejecuta un *Mortal de Espalda Encogida* parcial hasta que las tibias están perpendiculares a la superficie. El tronco se despliega a la vez que las piernas se extienden para asumir la Posición Vertical a medio camino entre la línea vertical que atraviesa las caderas y la línea vertical entre la cabeza y las tibias. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.



4 360 Walkover Front 2.1

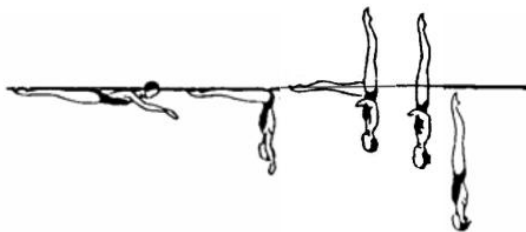
Desde la **Posición Estirada de Frente**, se *asume la Posición Carpa de Frente*. Una pierna se eleva describiendo un arco de 180° sobre la superficie hasta la **Posición de Espagat**. Se ejecuta una *Salida de Paseo de Frente*.



Group 3

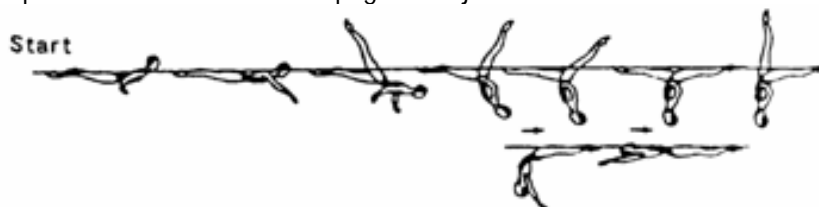
3 349 Tower 1.9

Desde una Posición Estirada de Frente se *asume la Posición Carpa de Frente*. Una pierna se eleva a **Posición Cola de Pez**. La pierna horizontal se eleva hasta la **Posición Vertical**. Se finaliza con un *Descenso Vertical*.



4 406 Swordfish Straight Leg 2.0

Desde una Posición Estirada de Frente, la espalda se arquea a la vez que una pierna se eleva describiendo un arco de 180° sobre la superficie hasta la Posición Espagat. Se ejecuta una *Salida de Paseo de Frente*.



Las ilustraciones están recogidas de FINA Synchronised Swimming Rules 2013 - 2017 incl. Appendixes (effective from September 18, 2013)